

منشور خاص بمنظمة أزمات الاغتصاب بإسكتلندا حول الملاحقة

يقدم هاتف المساعدة في أزمات الاغتصاب بإسكتلندا الدعم والمعلومات - سواءً بشكل مبدئي أو في إطار الأزمات - عبر الهاتف والبريد الإلكتروني لأي شخص يبلغ 13 عاماً أو أكثر ممن تضرروا من جراء العنف الجنسي، بغض النظر عن وقت أو كيفية حدوث ذلك. ويُقدم هذا مجاناً مع الحفاظ على سرية معلوماتك. ويدعم هاتف المساعدة الناجين من الملاحقات، ويمكنه أيضاً أن يجعلك على اتصال بمراكز أزمات الاغتصاب المحلية أو غيرها من الخدمات للحصول على الدعم المتواصل. وهناك خدمة مينيكوم للصم أو ضعاف السمع، ويمكننا إجراء الترتيبات اللازمة لتوفير مترجم إذا لم تكن لغتك الأولى هي اللغة الإنجليزية.

ما هي الملاحقة؟

الملاحقة هي عبارة عن سلوكيات مركزة غير مرغوب فيها يقوم بها شخص واحد، أو عدد من الأشخاص، ضد شخص آخر، مما يسبب الخوف والقلق. والملاحقة ليست عبارة عن حدث يقع مرة واحدة، ولكنها مجموعة من الأحداث التي تشكل وهي مجتمعة منهجاً سلوكياً، ويمكن أن تشمل بعضاً مما يلي:

- المتابعة/المراقبة
- الانتظار خارج المنزل أو المدرسة أو مكان العمل أو في أي مكان يتردد عليه الشخص المقصود بالملاحقة
- الاعتداء اللفظي أو إهانة الشخص أمام الجمهور
- الاتصالات غير المرغوب فيها، أو غير المطلوبة، أو التي تنطوي على تهديد بما في ذلك المكالمات الهاتفية، والرسائل، والرسائل النصية، ورسائل البريد الإلكتروني
- إرسال هدايا غير مرغوب فيها/غير مطلوبة
- تهديد الشخص، أو أفراد أسرته، أو أصدقائه، أو الحيوانات الأليفة الخاصة به
- نشر المواد أو التعليقات، على سبيل المثال في بيئة الإنترنت
- الإضرار بالململكات
- الاعتداء الجسدي و/أو الجنسي

وربما تكون هذه الأفعال نفسها لا تنطوي على التهديد أو الإساءة، ولكن المعنى والسياق الخاص بها قد يكون له أهمية خاصة أو خفية، وهي تهدف إلى التسبب في إصابتك بالخوف والقلق.

ونادراً ما يستخدم الملاحقون نوعاً واحداً من سلوك الملاحقة، وغالباً ما يستخدمون عدة أنواع. كما أنه من المألوف لدى الملاحقين أن يطلبوا المساعدة من الآخرين، سواءً كان ذلك عن غير قصد أو بقصد.

تُعد الملاحقة في الأساس جريمة جنسية، يرتكبها الرجال ضد النساء، ومع ذلك يمكن لأي شخص أن يتعرض للملاحقة، كما يمكن أن تُرتكب من قبل أي شخص. ويمكن أن تكون الملاحقة من قبل شخص تعرفه، وقد تكون في كثير من الأحيان جزءاً من عنف منزلي وجنسي مستمر أو قد تكون من قبل شخص لا تعرفه. وفي بعض الأحيان قد تهدد الملاحقة أو تستهدف أيضاً الأطفال، أو الأسرة أو غيرهم ممن حولك.

وعلى أية حال، فإن سلامتك هي الهدف الأسمى.

التأثير

إن عدم وجود عنف في قضية ملاحقة لا يعني عدم تضررك. فإن العيش مع الملاحقة قد يكون مخيفاً للغاية، ويمكن أن يكون له تأثير عميق على حياة أي شخص.

إن كونك ملاحقاً قد يجعلك تشعر بالوحدة والعزلة. وإذا كان القائم بالملاحقة لا يستخدم العنف أو لا يقوم بأي تهديدات، فقد تجد أن الآخرين لا يأخذون مخاوفك على محمل الجد أو يشعرون أنك تبالغ في رد الفعل. فلا تتجاهل مخاوفك وثق في إحساسك. واطلب الدعم الذي تحتاجه من أولئك الذين يأخذون مخاوفك على محمل الجد.

Stalking Leaflet - Arabic

إن من المؤلف أنه إذا ما كان هناك شخص يلاحقك أن تشعر بالقلق، أو الاكتئاب، أو الحساسية الشديدة، أو أن تخشى من الخروج، أو تخاف البقاء في المنزل، أو تخاف الرد على الهاتف، أو تخاف مما قد تأتي به خطابات البريد. ويمكن لهذه المشاعر أن تبقى حتى بعد توقف سلوك الملاحقة.

ومن المهم إدراك أن الملاحقة لها تأثير مماثل لغيرها من أشكال العنف الجنسي. ويمكن أن تشمل هذه الآثار ما يلي:

- القلق والتوتر ونوبات الذعر
- الاكتئاب
- اللجوء إلى الأدوية لمواجهة الآثار النفسية للملاحقة
- عدم القدرة على النوم
- الخوف/الذعر
- الصعوبات في تناول الطعام
- الخوف من الأماكن المكشوفة
- الكوابيس
- سلوك إيذاء النفس
- التفكير في الانتحار، أو محاولات الانتحار، أو الانتحار فعلاً
- عدم القدرة على الثقة في الآخرين
- تدهور الصحة البدنية بسبب الاعتداءات الجسدية أو الجنسية
- اضطرابات إجهاد ما بعد الصدمات

ويختلف كل شخص في كيفية رد فعله. والمهم هو حصولك على الدعم الذي تحتاجه وتستحقه.

القانون

في 13 ديسمبر 2010، دخلت جريمة الملاحقة الجديدة في إطار الجرائم في إسكتلندا بموجب المادة 39 من قانون العدالة الجنائية والتراخيص (إسكتلندا) لعام 2010.

وينص القانون على أن الشخص يكون قد ارتكب جريمة الملاحقة إذا "تبنى منهجاً سلوكياً (حدثين أو أكثر) وهو يعرف أن، أو كان يجب أن يعرف أن هذا المنهج السلوكي من المرجح أن يتسبب - في جميع الظروف - في معاناة شخص آخر من الخوف أو القلق".

وتقدم التشريعات قائمة طويلة بالأنواع الأكثر شيوعاً لسلوك الملاحقة، ولا تُعد القائمة الواردة أعلاه شاملة، ويعتبر القانون أن الملاحقة هي "التصرف بأي طريقة أخرى تجعل أي شخص عاقل يتوقع أن يعاني من الخوف والقلق".

وإذا لم يمكن إثبات تهمة الملاحقة في المحكمة بموجب المادة 39، فيمكن وضع هذه القضية في إطار الجريمة البديلة، وهي "السلوك التهديدي والمسيء".

كيف يمكن للقانون مساعدتك

إذا كنت في خطر محقق، عليك الاتصال برقم 999

إذا كان هناك من يلاحقك، فقد تكون قلقاً من أنك إذا اتخذت إجراء قانوني ضده، فسوف تزداد حدة سلوكه. ومع ذلك، فقد يجعلك تجاهل هذا السلوك معرضاً لمزيد من الخطر. تحدث إلى الشرطة عن أي مخاوف لديك، حيث إن لديهم القدرة على تقديم النصح لك بشأن التدابير الإضافية التي يمكنك اتخاذها لتأمين سلامتك سواء في المنزل أو في أي مكان آخر.

Stalking Leaflet - Arabic

ويمكنك إبلاغ الشرطة عن الشخص الذي يلاحقك أو التقدم بطلب للحصول منه على إقرار عدم تعرض من خلال محكمة مدنية. وإقرار عدم التعرض هو نظام مدني يجري تطبيقه من خلال المحكمة عن طريق محاميك. وقد تجد أنه من المفيد الحصول على الدعم والمشورة قبل القيام بذلك.

للتواصل مع الشرطة، إما أن تذهب إلى مركز الشرطة المحلي لديك، أو تتصل على الرقم غير الخاص بالطوارئ، وتحدد موعدًا معهم. وسوف يساعدك كتابة مذكرات بالأحداث التي جرت معك، فضلاً عن أي أسئلة لديك، حتى لا تنسى أي شيء تريد تضمينه.

وحتى إذا كنت لا تريد إدخال الشرطة في الأمر، فقد ترغب في التقدم بطلب للحصول على أمر عدم تحرش أو إقرار عدم تعرض من خلال محكمة مدنية، بحيث ينص على ألا يقوم الشخص الذي يلاحقك بالاتصال بك أو الاقتراب منك. ويُعد خرق أمر عدم التحرش جريمة جنائية، وهذا يعني أنه يمكن للشرطة إلقاء القبض على الجاني فوراً في حال تم خرق بنود هذا الأمر. أطلب دائماً من المحكمة إرفاق "سلطة الاعتقال" بإقرار عدم التعرض، مما يسمح للشرطة بالقبض على الجاني في حالة خرق بنود إقرار عدم التعرض.

وإذا لم يكن لديك محام، فيمكن لمركز أزمات الاغتصاب المحلي لديك أو مركز مساعدة المرأة تزكية محام يمكنه القيام بذلك من أجلك.

وإذا تم إلقاء القبض على الشخص الذي يلاحقك ثم تم الإفراج عنه بكفالة بعد ذلك، فيمكنك التحدث إلى الشرطة حول شروط الكفالة التي يلزم فرضها عليه. ويمكن أن تشمل شروط الكفالة ألا يقوم الشخص الذي يلاحقك بالاتصال بك أو الاقتراب منك، أو الذهاب إلى مكان معين مثل منزلك أو مكان عملك. ويُعد خرق الكفالة جريمة جنائية، ويجب عليك الاتصال بالشرطة إذا حدث هذا.

إذا كانت القضية منظورة في المحكمة، فهناك عدد من النتائج المحتملة. ويتوفر الدعم لك خلال هذه العملية. واعتماداً على الأدلة، قد يُحكم على الجاني بالسجن، كما يمكن منحك أمر عدم تحرش. ومهما كانت النتيجة، فالمهم أن تعرف أن هناك أشخاص مستعدون لدعمك.

الأدلة

- من المهم محاولة جمع الأدلة وتوثيق ما يحدث.
- يمكن أن تتضمن الأدلة سجلاً بأي اتصالات جرت مثل المكالمات الهاتفية بما فيها المكالمات الصامتة، إلى جانب نسخ من الرسائل النصية والخطابات ورسائل البريد الإلكتروني، أو لقطات من صفحات الويب أو محادثات المراسلة الفورية
- في حالة استلامك أي مواد فاحشة في الماضي، فإن هذه المواد قد تكون مهمة أيضاً بالنسبة للشرطة، حيث إن الشخص الذي يلاحقك ربما يكون قد ارتكب جريمة بموجب المادة 85 من قانون الخدمات البريدية لعام 2000.
- إذا تلقيت رسالة أو عبوة أو طرد تعرف أنه من الشخص الذي يلاحقك، يجب عليك وضعه في كيس من البلاستيك دون فتحه، حيثما أمكن، وعرضه على الشرطة إذا كانت الشرطة قد دخلت في الأمر. وهذه هي أفضل وسيلة للحفاظ على بصمات الأصابع وخلايا الجلد وما إلى ذلك مما قد يكون على المحتويات.
- من المهم الاحتفاظ بمذكرات في هذا الشأن وتسجيل جميع الحوادث التي تعتقد أنها مرتبطة بسلوك الملاحقة، بما في ذلك المكالمات الهاتفية الصامتة.
- تأكد من تضمين تفاصيل مثل الوقت والتاريخ والمكان، وحدد ما حدث، ومن فعل ماذا، وتأثير ذلك عليك، والتفاصيل الخاصة بأي شهود محتملين.
- ربما تكون الأدلة من الصور الفوتوغرافية أو مقاطع الفيديو مفيدة أيضاً، ولكن راجع الشرطة إذا كنت تتوي النقاط صور للشخص الذي يلاحقك لضمان الالتزام بحدود القانون.
- عندما تعرض الأدلة الخاصة بك على الشرطة، اطلب منهم النظر إلى جميع الأحداث معاً كمنهج سلوكي، بدلاً من النظر إلى كل حادث على حدة.

السلامة

■ حاول ألا تتعامل مع الشخص الذي يلاحقك بأي شكل من الأشكال.

إذا كان يجري الاتصال بك عن طريق الهاتف، فربما يكون هذا صعبًا جدًا حيث قد ترغب في الرد على مكالماته لإخباره أن يتركك وشأنك، أو تحاول التفاهم معه وإخباره بتأثير سلوكه عليك وعلى أسرته. ومع ذلك، فإن الرسالة التي سوف تصله من أي اتصالات تجريها معه هو أنه يمكنه الحصول على رد منك، وإذا اتصل، فإنك سترد عليه. وتشمل بعض الوسائل الأخرى للتعامل مع هذا الأمر ما يلي:

- يمكنك استخدام جهاز رد آلي لتصفية جميع المكالمات مع إخبار أصدقائك أو أفراد أسرته الذين تتق بهم بما تقوم به. وبهذه الطريقة، يمكنك الرد على الرسائل التي تختارها. يجب عليك العمل على الاحتفاظ بسجل لأي رسائل مسيئة لتمريرها إلى الشرطة إذا كنت قد اخترت إدخال الشرطة في الأمر.
- إن شركة الاتصالات البريطانية لديها سياسة بشأن المكالمات المزعجة ويمكنك الحصول على معلومات بهذا الشأن من خلال موقع الشركة على الإنترنت أو عن طريق الاتصال بهم. إذا كنت تتعامل مع مزود خدمة هاتف مختلفة، اتصل بهم للحصول على معلومات حول كيف يمكنهم مساعدتك.
- يمكنك أن تطلب من مزود الخط الهاتفي تغيير رقم هاتفك، مع التأكد من عدم إدراج رقم الهاتف الجديد في الدليل.
- تحدث إلى الزملاء أو الجيران أو مديرك حول المضايقات التي تتعرض لها إذا كنت تشعر بالراحة في القيام بذلك. فإنهم ربما يستطيعون مساعدتك من خلال جمع مزيد من الأدلة نيابة عنك أو عن طريق وضع التدابير الوقائية اللازمة.
- فكر في حمل جهاز إنذار شخصي مع تنوع الروتين اليومي لحياتك، مثل السير في مسارات مختلفة من العمل واليه.
- خطط للقيام بأنشطة ترفيهية تشمل أشخاصًا آخرين.
- اعرف أقرب مكان آمن إليك، على سبيل المثال مركز الشرطة، أو سوبر ماركت مفتوح على مدار 24 ساعة أو مستشفى بها حراس أمن.
- والأهم من كل شيء، ثق في إحساسك

السلامة على الإنترنت

- قم بالحد من كمية المعلومات التي تشاركها على مواقع الشبكات الاجتماعية وتحقق من إعدادات الخصوصية لديك للتأكد من أنك لا تشارك معلومات أكثر من التي تريد مشاركتها
- قم بتغيير كلمات المرور الخاصة بك كثيرًا ولا تستخدم كلمة المرور نفسها لجميع المواقع التي تدخل إليها
- افحص جهاز الكمبيوتر الخاص بك للتأكد من عدم وجود البرامج الخبيثة وبرامج التجسس الخاصة بتسجيل ضغطات المفاتيح
- للحصول على التوجيهات الكاملة بشأن الملاحقة الرقمية وتحسين السلامة على الإنترنت لديك، قم بزيارة www.womensaid.org.uk

لمزيد من المعلومات حول الملاحقة، قم أيضًا بزيارة :-

www.scotlandagainststalking.com

www.stalkinghelpline.org

Stalking Leaflet - Arabic

إذا كنت قد تعرضت أنت أو أي شخص تعرفه لأي شكل من أشكال العنف الجنسي بغض النظر عن وقت حدوث ذلك، يرجى الاتصال بهاتف المساعدة في أزمات الاغتصاب بإسكتلندا – وهي خدمة مجانية تُقدم مع الحفاظ على سرية معلوماتك - على رقم 08088010302 أو اتصل بخدمة الدعم الخاصة بنا عبر البريد الإلكتروني على العنوان التالي:

support@rapecrisisScotland.org.uk

يوجد لدينا عاملات دعم مدربات من النساء لتقديم الدعم والمعلومات، ويمكنها أن تخبرك بأماكن توفر الدعم في منطقتك.

مراكز أزمات الاغتصاب المحلية

مركز أبردين للدعم في حالات الاغتصاب والاعتداء: 01224 620 772

مركز أرغيل وبوت لأزمات الاغتصاب: النساء - 08001214685 الرجال - 08000320399

مركز وسط إسكتلندا لحالات الاغتصاب والاعتداء الجنسي: 01786 471 771

دومفريز وجالواي: 01387 253 113

مركز دندي لحالات الاغتصاب والاعتداء الجنسي على النساء: 01382 201 291

مركز شرق أيرشاير للموارد والاستشارات في حالات الاغتصاب: 01563 541 769

مركز أدنبرة لحالات الاغتصاب والاعتداء الجنسي على النساء: 0131 556 9437

مركز فايف لحالات الاغتصاب والاعتداء الجنسي: 01592 642 336

مركز جلاسكو لأزمات الاغتصاب: 0141 552 3200

مركز لاناركشاير لأزمات الاغتصاب: 01698 527 003

مركز بيرث وكينروس لحالات الاغتصاب والاعتداء الجنسي: 01738 630 965

مركز الحدود الاسكتلندية لأزمات الاغتصاب: 0800 054 2445

مركز الجزر الغربية لأزمات الاغتصاب: 01851 709 965